

Pengenalan Makanan Gizi Seimbang Melalui Multimedia di TK Sekar Melati

ARTIKEL

Oleh:

**IIS WULANDARI, A.Md
F.54210114**



**PROGRAM STUDI PG-PAUD JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2014**

PENGENALAN MAKANAN GIZI SEIMBANG MELALUI MULTIMEDIA DI TK SEKAR MELATI

Iis Wulandari, Yuline, Halida

Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Untan

Email : preitywulan85@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi rendahnya pengenalan makanan gizi seimbang pada anak, khususnya pengenalan pada makanan yang mengandung karbohidrat, protein, sayur, buah, dan minuman sehat melalui multimedia. Jenis penelitian ini adalah penelitian Tindakan kelas. Tujuan penelitian ini untuk mendeskripsikan pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia, sumber data yang diperoleh dari guru dan anak, dan subjek penelitian ini adalah 1 guru dan 10 orang anak. Proses penelitian tindakan kelas ini direncanakan berlangsung dalam dua siklus dan pada tiap siklus ada tiga kali pertemuan. Hasil penelitian yang dilakukan didalam perencanaan pembelajaran pada siklus pertama adalah 2,61 dan pada siklus kedua meningkat menjadi 3,73. Sedangkan hasil pelaksanaan pembelajaran siklus pertama adalah 2,75 kemudian meningkat pada siklus kedua menjadi 3,67.

Kata Kunci : Pengenalan Makanan Gizi Seimbang

Abstract. This research is motivated by low of introduction nutritionally balanced diet to childrens, especially in the introduction to nutrition which content carbohydrates , proteins , vegetables , fruits , and healthy drink through multimedia .This research is a classroom action research.The purpose of this study was to describe the introduction of a balanced nutrition food through multimedia. the source file obtained from teachers and children's , and the subject of this study is 1 teacher and 10 children's. The process of action research is planned to take place in two cycles and in each cycle there are three meetings . Results of research conduted in the planning of learning first cycle is 2,61 and at second cycle increased to 3,73.While the results of implementation of learning at first cycle is 2,75 then increase to second cycle become 3,67.

Keywords : Introduction to Food Nutrition Balanced.

Makanan gizi seimbang sangat dibutuhkan oleh anak selain untuk tumbuh kembang anak makanan gizi seimbang juga dibutuhkan untuk otak agar anak menjadi cerdas dan dengan makanan yang bergizi anak jadi tidak mudah sakit. Makanan sumber karbohidrat berfungsi sebagai sumber tenaga atau energi bagi anak. Nutrisi ini menyuplai energi sebagai sumber tenaga untuk beraktifitas atau bergerak. Kekurangan zat karbohidrat bisa menyebabkan anak menjadi lemas dan malas bergerak. Makanan sumber protein, Asam amino di dalam protein berfungsi sebagai zat pembentuk sel-sel tubuh, pengganti sel yang rusak dan pertumbuhan otak, kekurangan zat protein bisa menjadikan anak lambat pertumbuhannya. Makanan sumber vitamin dan mineral berfungsi menjaga, memelihara kesehatan, dan meningkatkan daya tahan tubuh terhadap serangan

penyakit. Kekurangan vitamin dan mineral bisa menyebabkan anak terganggu pertumbuhannya serta mudah terserang penyakit. Lemak berfungsi sebagai sumber energi dan pelarut vitamin A, D, E dan K. Kelebihan lemak bisa menjadikan anak obesitas sedangkan kekurangan lemak bisa menyebabkan kegagalan pertumbuhan fisik dan kecerdasan.(Dwi Yanti Anggraini,2007 :6).

Makanan gizi seimbang yaitu makanan yang terdiri dari nasi, lauk-pauk, sayur-sayuran, buah-buahan, serta susu atau minuman sehat yang jumlah takarannya sesuai dengan kebutuhan tubuh.

Anak usia dini adalah individu yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Bahkan dikatakan sebagai lompatan perkembangan. Karena itulah, maka usia dini dikatakan sebagai *golden age* (usia emas), yaitu usia yang sangat berharga dibanding usia-usia selanjutnya.

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu proses pembinaan tumbuh kembang sejak lahir hingga enam tahun secara menyeluruh, yang mencakup aspek fisik dan nonfisik dengan memberikan rangsangan bagi perkembangan jasmani, rohani (moral dan spiritual), motorik, akal, pikir, emosional, dan sosial yang tepat dan benar agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Adapun upaya yang dilakukan mencakup stimulasi intelektual, pemeliharaan kesehatan, pemberian nutrisi, dan penyediaan kesempatan-kesempatan yang luas untuk mengeksplorasi dan belajar secara aktif. Layanan terpadu yang digunakan sebagai panduan anak usia dini adalah layanan kesehatan, gizi seimbang, dan pendidikan.

Adapun fokus masalah tersebut di atas dapat dirumuskan masalah umum penelitian ini adalah pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun di Taman Kanak-Kanak Sekar Melati Sungai Kakap.

Masalah umum penelitian ini adalah “Bagaimanakah pembelajaran pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun di TK. Sekar Melati Sungai Kakap?”.

Adapun tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun di TK. Sekar Melati Sungai Kakap.

Peneliti berharap bahwa anak-anak bisa mengetahui dan mengenal makanan gizi seimbang melalui multimedia, dan dapat mengetahui manfaat dari pengenalan makanan gizi seimbang. Anak-anak juga diharapkan bisa memakan makanan yang bergizi dan seimbang (tidak berlebihan) , agar anak-anak menjadi lebih sehat, cerdas dan terhindar dari berbagai jenis penyakit.

Berdasarkan teori perkembangan piaget, maka anak yang berada di TK/RA dan usia kelas awal SD/MI adalah anak yang berada pada rentangan usia dini.

Anak usia dini berada dalam masa keemasan disepanjang rentang usia perkembangan manusia Montessori dan Hainstock (1999:10-11) mengatakan bahwa masa ini merupakan periode sensitif (*sensitive periods*), selama masa inilah anak secara khusus mudah menerima stimulus-stimulus dari lingkungannya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa anak usia dini adalah anak yang berada di usia 0-6 tahun, yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda, yang merupakan masa keemasan (*golden age*).

Perkembangan dan pertumbuhan anak dapat diuraikan dalam beberapa butir pemikiran yang dilihat dari berbagai sudut pandang/aliran yang berbeda. Sudut pandang/aliran secara teoritis ini meliputi *behaviorisme*, *naturationisme*, *interaksionisme*, dan teori yang berkenaan analisis kejiwaan .

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Teori pertumbuhan dan perkembangan anak sangatlah penting, karena dengan teori tersebut anak akan menjadi lebih terarah dan termotivasi untuk mengembangkan kreativitasnya.

Menurut Anne Selby bahwa “kita perlu memilih makanan yang berkualitas. Selain itu, kita juga perlu mengonsumsi beragam jenis makanan yang dapat saling melengkapi untuk menyediakan energi yang dibutuhkan tubuh kita”.

Adapun menurut Wahid Iqbal Mubarak Terdapat tiga fungsi makanan yaitu, 1. Makanan sebagai sumber energi, 2. Makanan sebagai zat pembangun, ketiga makanan sebagai zat pengatur.

Kesehatan adalah salah satu konsep yang telah sering di gunakan namun sukar untuk dijelaskan artinya. Faktor yang berbeda menyebabkan sukarnya mendefinisikan kesehatan, kesakitan, dan penyakit (Gochman, 1988;De Clerog,1993).

Definisi tersebut tidak hanya meliputi tindakan yang dapat secara langsung diamati dan jelas tetapi juga kejadian mental dan keadaan perasaan yang diteliti dan di ukur secara tidak langsung.

Gizi adalah keseluruhan dari berbagai proses dalam tubuh makhluk hidup untuk menerima bahan-bahan dari lingkungan hidupnya dan menggunakan bahan-bahan tersebut agar menghasilkan berbagai aktivitas penting dalam tubuhnya sendiri.

Menurut Siti Fathimatuz Zahroh (2009) dalam buku Pendidikan kan Karakter Anak Usia Dini. Jika status gizi anak tidak diperbaiki, maka sel-sel otak bisa berkembang dan sulit dipulihkan. Asupan gizi bagi anak usia dini menjadi faktor yang amat penting. karena jika anak usia dini kekurangan gizi atau gizi buruk, maka ia akan mudah terserang penyakit, seperti tumbuh kembang otak yang kurang optimal sehingga dapat berpengaruh terhadap prestasi belajar di sekolah.

Untuk mengetahui kecukupan gizi anak dapat menggunakan dua metode yaitu (1). dengan mengamati respon anak terhadap pemberian makanan. Pada umumnya anak yang cukup gizinya tidak mudah sakit, tidak pucat dan tidak lemah, (2). Pemantauan pertumbuhan secara berkala, untuk pemantauan ini dapat di lakukan dengan pengukuran yang meliputi tinggi badan dan berat badan.

Berdasarkan buku komposisi zat gizi makanan ASEAN (*ASEAN composition table*). Pengelompokan bahan makanan bertujuan untuk keharmonisan (keselarasan) penyajian di wilayah Negara-negara Asia Tenggara (ASEAN). Pengelompokan itu berdasar penggunaannya misalnya buah kelor maka termasuk kelompok sayuran, atau ada juga menurut kelompok besarnya misalnya gulai ikan walaupun banyak bahan yang dicampurkan dikelompokkan ikan , karena bagian terbesar adalah ikan.

Dari pernyataan di atas bahwa karbohidrat adalah sumber tenaga. Protein yang membantu membina dan juga memperbaiki otot. sayur-sayuran dan buah-

buahan kaya dengan vitamin dan fitokimia untuk kesehatan. Susu sumber protein dan kalsium. Kalsium membina tulang dan gigi yang kuat.

Media gambar adalah materi grafis berupa garis, titik-titik dengan atau tanpa sapuan kontinue yang memproyeksikan benda yang dimediasi baik obyek rill maupun bentuk angan-angan sehingga menjadi kongkret.

Media gambar sangat diperlukan untuk kegiatan pembelajaran, agar anak memahami pelajaran yang disampaikan guru, dan dapat memotivasi belajar anak.

Media realia adalah benda nyata atau makhluk hidup yang ada di lingkungan alam baik yang digunakan dalam keadaan hidup maupun yang sudah diawetkan basah atau kering dan digunakan sebagai bahan belajar.

Media audiovisual yang dimaksud dalam penelitian ini adalah alat bantu guru di dalam proses belajar mengajar yang berupa video bergambar kartun tentang makanan gizi seimbang.

METODE

Penelitian tindakan kelas ini menggunakan metode penelitian deskriptif (*description research*), penelitian ini menggambarkan keadaan yang terjadi berdasarkan kenyataan yang terjadi di kelas pada saat penelitian berlangsung.

Penelitian deskriptif menurut Etna Widodo dan Mukhtar (2000) kebanyakan tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, melainkan lebih pada menggambarkan apa adanya suatu gejala, variabel, atau keadaan.

Bentuk Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas yaitu penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas bertujuan untuk memperbaiki dan meningkatkan efektifitas proses pembelajaran. Oleh karena itu pengalaman penelitian yang dilakukan dapat meningkatkan sensitifitas guru terhadap masalah pembelajaran.

Berdasarkan uraian diatas alur penelitian tindakan kelas seperti pada gambar berikut ini.



Gambar 1. Alur Penelitian Tindakan Kelas

Berdasarkan gambar di atas dapat disimpulkan bahwa alur penelitian tindakan kelas Peneliti dan guru mencatat hasil pengamatan di kelas selama melakukan penelitian. Prosedur Penelitian ini direncanakan terdiri dari dua siklus dengan menggunakan empat langkah dalam penelitian tindakan kelas yaitu : perencanaan, tindakan, observasi, refleksi.

Penelitian tindakan kelas ini menggunakan data berupa lembar observasi. Lembar observasi merupakan lembar pengamatan yang digunakan untuk mengamati aktivitas anak dan guru saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Lembar observasi dalam penelitian ini terdiri dari lembar observasi anak dan guru.

Analisis data secara kualitatif adalah proses mengatur urutan data mengorganisasikannya ke dalam suatu pola, dan tentunya membutuhkan alat yang tepat untuk menghimpun data yang akurat. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi anak dan dokumentasi.

Persentase hasil pembelajaran anak menggunakan multimedia diharapkan mencapai 80 % dari keseluruhan 10 anak yang terdiri dari 5 anak laki-laki dan 5 anak perempuan. Rumus yang digunakan "persentase = $\frac{n}{N} \times 100\% = \dots\%$ ". "n" menunjukkan jawaban yang diperoleh anak sedangkan "N" menunjukkan jumlah anak dalam satu kelas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di TK Sekar Melati Kecamatan Sungai Kakap kelompok B. Adapun jumlah murid TK Sekar Melati kelompok B adalah 10 anak yang terdiri dari 5 anak laki-laki dan 5 anak perempuan.

Penelitian ini dilakukan untuk mengenalkan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun TK di Sekar Melati Sungai Kakap. Kegiatan penelitian dalam pembelajaran diharapkan mencapai target keberhasilan 80% dari penilaian anak yang mendapat nilai BSB (anak mampu menyebutkan lima nama makanan yang mengandung karbohidrat, protein, sayur, buah-buahan dan minuman sehat).

Dalam kegiatan selama penelitian, peneliti melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan skenario pembelajaran yang sudah disiapkan sebelumnya, yaitu pelaksanaan rencana yang telah disusun. Guru melaksanakan kegiatan di kelas sesuai dengan rencana pembelajaran.

Penelitian dilaksanakan di sekolah TK Sekar Melati Sungai Kakap kelompok B tahun pelajaran 2012/2013. Peneliti melaksanakan beberapa prosedur dengan panduan Rencana Kegiatan Harian (RKH). Peneliti dinilai oleh observer penelitian yang di sajikan penilaian perencanaan pembelajaran dan penilaian pelaksanaan pembelajaran berikut ini .

Tabel 1 Penilaian Perencanaan Pembelajaran (RKH)

No	Aspek yang di observasi	Siklus 1			Siklus 2		
		1	2	3	1	2	3
1.	Menentukan tema	2,33	2,66	2,66	3	3	3,66
2.	media pembelajaran	2	2,5	2,5	2,5	3	4
3.	kegiatan pembelajaran	2,25	2,5	2,5	2,75	3	3,75
4.	pengelolaan kelas	2,50	2,5	3	3	3	3,5
5.	Prosedur dan alat penilaian observasi	2	2,5	2,5	2,5	2,5	3,5
6.	dokumen rencana pembelajaran	2,50	2,5	2,5	3	3	4

Pada penilaian perencanaan pembelajaran Siklus 1 belum menunjukkan keberhasilan di dalam merencanakan pembelajaran sedangkan pada siklus ke 2 sudah menunjukkan keberhasilan di dalam merencanakan pembelajaran.

Tabel 2. Penilaian Pelaksanaan Pembelajaran

No	Aspek yang di observasi	Siklus 1			Siklus 2		
		1	2	3	1	2	3
1.	Mengelola ruangan	2,50	2,50	3	3	3,5	4
2.	Skenario belajar	2,16	2,33	2,33	2,66	3	3,5
3.	Interaksi kelas	1,83	2,4	2,4	2,6	3	3,2
4.	Bersikap terbuka	2,5	2,5	2,8	3,2	3,4	3,6
5.	Penilaian hasil belajar	3	3	3	3,5	3,5	4
6.	Kesan umum pelaksanaan belajar	2,75	2,75	3	3,25	3,5	3,75

Pada penilaian pelaksanaan pembelajaran Siklus 1 belum menunjukkan keberhasilan di dalam melaksanakan pembelajaran sedangkan pada siklus ke 2 sudah menunjukkan keberhasilan di dalam melaksanakan pembelajaran.

Berdasarkan data temuan observasi anak pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada siklus 1 belum menunjukkan keberhasilan di

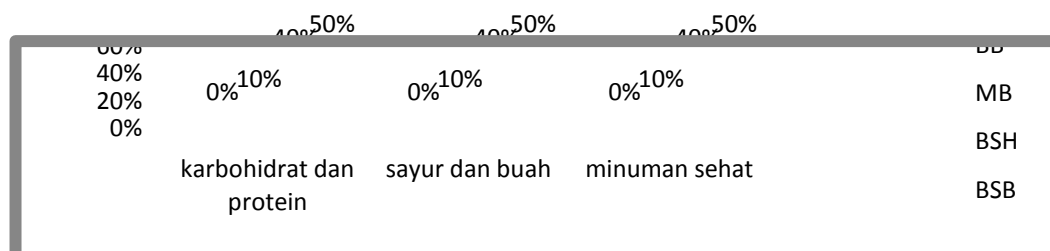
dalam mengenalkan makanan gizi seimbang, dapat di sajikan dalam tabel 3 berikut ini.

Tabel 3 Data Pengamatan dan Penilaian Perkembangan Kemampuan Anak

Kriteria Kemampuan Anak	Menyebutkan Lima Nama makanan yang mengandung karbohidrat dan protein		Menyebutkan Lima nama buah dan sayur		Menyebutkan Lima minuman sehat	
	Jumlah Anak	%	Jumlah Anak	%	Jumlah Anak	%
BB	0	0	0	0	0	0
MB	1	10	1	10	1	10
BSH	4	40	4	40	4	40
BSB	5	50	5	50	5	50
Jumlah	10	100	10	100	10	100

hasil persentase penilaian yang diperoleh peneliti bersama rekan kolaborasi dari proses pembelajaran pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia belum berhasil, disebabkan beberapa faktor, yaitu: a. Anak belum pernah mengenal nama makanan yang mengandung karbohidrat dan protein. b. Anak mendapat kesulitan ketika menyebutkan buah, sayur dan minuman sehat.

Untuk lebih jelasnya maka dapat dilihat pada gambar 1 yang disajikan dalam bentuk grafik batang berikut ini.



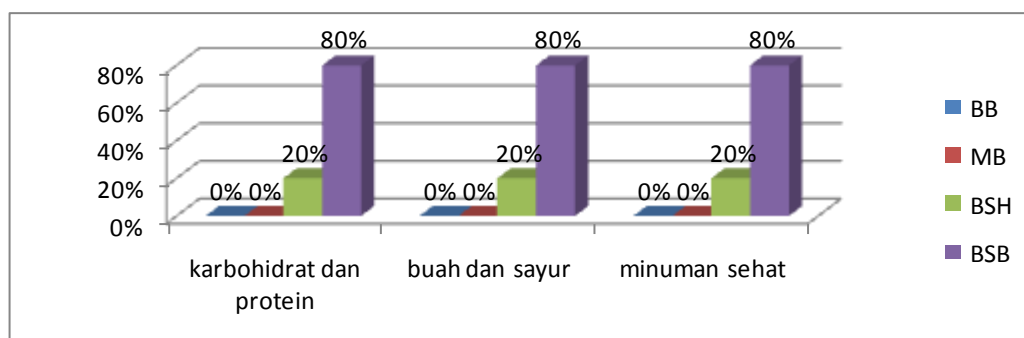
Gambar 1. Pengamatan dan Penilaian Perkembangan Kemampuan Anak

Berdasarkan data temuan observasi anak pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada siklus 2 sudah menunjukkan keberhasilan di dalam mengenalkan makanan gizi seimbang, dapat di sajikan dalam tabel 4 berikut ini.

Tabel 4 Data Pengamatan dan Penilaian

Kriteria Kemampuan Anak	Menyebutkan Lima Nama makanan yang mengandung karbohidrat dan protein		Menyebutkan Lima nama buah dan sayur		Menyebutkan Lima Macam minuman sehat	
	Jumlah Anak	%	Jumlah Anak	%	Jumlah Anak	%
BB	0	0	0	0	0	0
MB	0	0	0	0	0	0
BSH	2	20	2	20	2	20
BSB	8	80	8	80	8	80
Jumlah	10	100	10	100	10	100

Untuk lebih jelasnya maka dapat dilihat pada gambar 2 yang disajikan dalam bentuk grafik batang berikut ini.

**Gambar 2. Pengamatan dan Penilaian Perkembangan Kemampuan Anak**

Pembahasan

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di TK Sekar Melati Kecamatan Sungai Kakap kelompok B. Adapun jumlah murid TK Sekar Melati kelompok B adalah 10 anak yang terdiri dari 5 anak laki-laki dan 5 anak perempuan.

TK Sekar Melati Kecamatan Sungai Kakap terbagi dalam dua kelompok yaitu, Kelompok A dan Kelompok B masing-masing menempati ruang satu dan ruang dua, ruang kepala sekolah dan guru bergabung menjadi satu ruang, satu ruang WC, serta mempunyai halaman bermain yang cukup.

Penelitian ini dilakukan untuk mengenalkan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun TK di Sekar Melati Sungai Kakap. Kegiatan penelitian dalam pembelajaran diharapkan mencapai target keberhasilan 80% dari penilaian anak yang mendapat nilai BSB (anak mampu menyebutkan lima nama makanan yang mengandung karbohidrat, protein, sayur, buah-buahan dan minuman sehat).

Observasi yang digunakan dalam pengamatan kegiatan pembelajaran seperti: Rencana Kegiatan Harian, Pedoman observasi kegiatan, lembar observasi pelaksanaan pembelajaran untuk guru, lembar observasi pelaksanaan pembelajaran untuk anak.

Dalam kegiatan selama penelitian, peneliti melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan skenario pembelajaran yang sudah disiapkan sebelumnya, yaitu pelaksanaan rencana yang telah disusun. Guru melaksanakan kegiatan di kelas sesuai dengan rencana pembelajaran.

Penelitian dilaksanakan di sekolah TK Sekar Melati Sungai Kakap kelompok B tahun pelajaran 2012/2013. Peneliti melaksanakan beberapa prosedur dengan panduan Rencana Kegiatan Harian (RKH).

Kegiatan proses pembelajaran yang telah dilaksanakan pada setiap pertemuan terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan penutup. Penelitian siklus pertama mengalami ketidakberhasilan dalam pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia.

Dalam kegiatan proses pembelajaran, peneliti bersama rekan kolaborasi sangat puas. Penelitian yang dilakukan pada siklus kedua mengalami peningkatan, anak sudah berkembang sangat baik dalam Pengenalan Makanan Gizi Seimbang Melalui Multimedia Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK. Sekar Melati Sungai Kakap.

Penilaian perencanaan pembelajaran siklus I nilai yang lebih tinggi adalah dalam merencanakan pengelolaan kelas nilainya adalah 3 sedangkan penilaian perencanaan pembelajaran pada siklus 2 nilai yang lebih tinggi adalah mengembangkan materi media pembelajaran dan tampilan dokumen rencana pembelajaran yaitu nilainya 4. Hal ini disebabkan oleh multimedia yang disampaikan bervariasi sehingga dapat memotivasi anak untuk belajar pengenalan makanan gizi seimbang.

Penilaian pelaksanaan pembelajaran siklus I nilai yang lebih tinggi adalah dalam mengelola ruangan kelas, penilaian hasil belajar, kesan umum pelaksanaan pembelajaran nilainya adalah 3 sedangkan penilaian pelaksanaan pembelajaran pada siklus 2 nilai yang lebih tinggi adalah dalam mengelola ruangan kelas yaitu nilainya 4. Hal ini disebabkan oleh kegiatan yang dilakukan sangat menarik minat anak dalam mengenal makanan gizi seimbang melalui multimedia.

Berdasarkan penelitian tindakan kelas yang telah dilakukan, dapat peneliti jelaskan bahwa pada siklus Pertama pertemuan Pertama, Kedua, dan Ketiga kemampuan anak di dalam menyebutkan makanan yang mengandung karbohidrat dan protein, menyebutkan buah dan sayur serta minuman sehat belum meningkat dengan persentase 30% sampai 50%. Sedangkan pada siklus Kedua Pertemuan pertama, Kedua dan Ketiga kemampuan anak di dalam menyebutkan makanan yang mengandung karbohidrat dan protein, menyebutkan sayur dan buah, serta minuman sehat sudah meningkat hingga 60% sampai dengan 80% .

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Perencanaan Pembelajaran pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun di TK. Sekar Melati sudah terlaksana dengan sangat baik. Ini disebabkan oleh multimedia yang di gunakan guru sangat bervariasi hal tersebut dapat memotivasi anak untuk mengenal makanan gizi seimbang.

Pelaksanaan pembelajaran pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak usia 5-6 tahun di TK Sekar Melati Sungai Kakap sudah dilaksanakan dengan baik dan berkembang. ini disebabkan oleh kegiatan pelaksanaan pembelajaran yang di tampilkan oleh guru berbeda-beda, sehingga membuat suasana belajar lebih menyenangkan.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dijelaskan pada bagian terdahulu, secara umum dapat disimpulkan bahwa melalui multimedia dapat mengenalkan makanan gizi seimbang pada anak 5-6 tahun di TK. Sekar Melati Sungai Kakap sudah di laksanakan dengan baik. Terjadi Peningkatan anak dalam pembelajaran melalui pengenalan makanan gizi seimbang melalui multimedia pada anak 5-6 tahun di TK. Sekar Melati Sungai Kakap yaitu penilaian berdasarkan indikator perkembangan kemampuan anak pada siklus 1 yaitu, BB = 0%, MB = 10%, BSH = 40%, BSB = 50 % terjadi peningkatan pada siklus 2, BB = 0%, MB = 0%, BSH = 2 %, BSB = 80 %. Artinya anak mampu mengenal makanan gizi seimbang melalui multimedia.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat diberikan saran sebagai berikut: 1. Di dalam perencanaan pembelajaran sebaiknya guru harus merencanakan pembelajaran sebelum melaksanakan pembelajaran contohnya membuat RKH (Rencana Kegiatan Harian), lembar observasi untuk anak dan guru haruslah memahami situasi dan keadaan di dalam kelas. 2. Di dalam pelaksanaan pembelajaran sebaiknya guru menyampaikan pembelajaran dengan menggunakan kegiatannya berbeda-beda contohnya pada siklus 1 pertemuan 1 kegiatannya mewarnai gambar jagung sedangkan siklus 2 pertemuan 1 lomba menebak gambar makanan yang mengandung karbohidrat dan protein. 3. Guru harus dapat mengenalkan makanan gizi seimbang melalui multimedia (media gambar, media realia (aslinya), media audiovisual). 4. Guru hendaknya di dalam mengenalkan makanan gizi seimbang haruslah mengenalkan juga manfaat dari makanan gizi seimbang. Sebaiknya guru menyiapkan alat atau media yang tepat, bervariasi, menarik, dan menyenangkan dalam pembelajaran. 5. Guru hendaknya sabar ketika membimbing anak, lebih kreatif menggunakan gambar yang menarik, dan memberikan pujian kepada setiap anak.

DAFTAR RUJUKAN

Arsyad, Azhar. 2005. *Media Pembelajaran*. Jakarta : PT.Raja Grafindo Persada.

Anggraini, Yanti, Dwi. 2007. *Makanan Untuk Balita*. Jakarta : PT. Penerbitan Sarana Bobo.

Febry, Bulan, Ayu. 2013. *Ilmu Gizi untuk praktisi kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Lukaningsih, Luk, Zuyina. 2011. *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Mubarak, Iqbal, Wahid. 2009. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Salemba Medika.

Siong, E, Tee. 2011. *Nutritionists Choice Cookbook*. Malaysia : Nutrition Society of Malaysia

Wibowo, Agus. 2012. *Pendidikan Karakter Usia Dini*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.

PENGENALAN MAKANAN GIZI SEIMBANG MELALUI MULTIMEDIA DI TK SEKAR MELATI

ARTIKEL

Oleh :

IIS WULANDARI, A.Md
F.54210114

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Dra. Yuline, M.Pd
NIP.196103291986112001

Halida, M.Pd.
NIP. 197405222006042001

Disahkan oleh,

Dekan FKIP UNTAN

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. H. Martono
NIP. 196803161994031014

Drs. M. Syukri, M.Pd
NIP.195805051986031004